

料理教室
受付期間

3月10日(木)~3月28日(月)

(メ切日以降定員に満たない場合は先着順でひきつづき受け付け致します。)

受講
対象者

新発田市、胎内市、村上市、聖籠町、阿賀野市にお住まいの方であれば、どなたでもお申込みできます。

Kurastage 電話又は、ホームページにてお申し込みください。

☎0254-20-2525
http://www.nikotan.com

新発田市富塚町1-17-6(西新発田駅前)
営業時間 AM9:30~PM6:30(定休日/水曜)

月曜日

本格スイーツ

定員
16名

新潟調理師専門学校
●講師:瀬賀 智映子
●受講日:4/25・5/23・6/27

メインメニュー

4月 バナナシフォンケーキ
5月 フロランタン
6月 チョコムース

木曜日

おうちで中華

定員
16名

新潟調理師専門学校
●講師:渡辺 篤
●受講日:4/28・5/26・6/23

メインメニュー

4月 筍一本使い切り 筍入りふわふわかに玉
5月 春野菜で中華 鶏肉とアスパラの炒め
6月 新生姜で代謝アップ 新生姜と豚肉のチャーハン

金曜日

おうちでおいしい
韓流ごはん

定員
16名

Cooking Studio M
●講師:高橋 美奈子
●受講日:4/22・5/27・6/24

メインメニュー

4月 春の彩り ワンプレート・ビビンバ
5月 ゆで豚の野菜包み~韓国万能味噌だれ~ポッサム
6月 みんな大好き!スパイシー韓国風鶏のから揚げ

土曜日

簡単美味しい
手作りお菓子

定員
8名

●講師:佐藤 友子
●受講日:4/9・5/14・6/11

メインメニュー

4月 春のフルーツタルト
5月 ハーブ入りスコーンとポップオーバー
6月 パナとチョコレートのシフォンケーキ

1 DAY
料理教室

家庭で実践! 春薬膳講座
~抗アレルギーと抗ストレス~

日時: 4月10日(日)
10:00~14:00
国際薬膳食育師
高津薬膳料理教室主宰

講師: 高津 もろみ

定員: 16名(抽選)

受講料: 1,000円

メニュー
・杏酢鶏 ・山菜の甘酒浸し
・枸杞飯 ・白木耳の紅麹味噌汁
・向日葵の種トレッシングのサラダ
・山参入りアロス・コン・レジェ(デザート)



※画像はイメージです。

1 DAY
料理教室

カスタードクリーム
から作る
手作りクリームパン教室

日時: 4月23日(土)
10:00~13:00

講師: 笹川 知恵子

定員: 12名(抽選)

受講料: 1,000円



カルチャー
教室

新鮮な魚の
見分け方

地産地消、新発田を取り巻くお魚事情

日時: 4月21日(木)
11:00~12:30
鮒魚水島 地物競売部セリ人

講師: 水島 大介

定員: 16名(抽選)

受講料: 500円

・目利きのポイント
・さばき方の実演
・試食



カルチャー
教室

食養生セミナー
~薬に頼りすぎない生活~

日時: 4月24日(日)
10:00~11:30
日本食療士協会 食養生コーディネーター

講師: 村田 美奈子

定員: 16名(抽選)

受講料: 500円

※健康を維持するためには何をどのように食すればいいのか...
といった東洋医学をベースとした体と心を整える体験学習です。



日本食療士協会

4月の
実演試食会

春の
和スイーツ

日時: 4月17日(日)
10:30~11:30
家庭料理教室さちこ主宰

講師: 園田 幸子

定員: 16名(抽選)

参加費: 無料

メニュー
・苺の生どら焼き
・抹茶とお豆のケーキ



※このチラシは、全て税込表示となっております

火曜日

夜間料理教室

18:30~21:00

お料理教室

家で簡単洋食

定員
16名

新潟調理師専門学校
●講師:山井 英司
●受講日:4/12・5/10・6/14

メインメニュー

4月 シーフードドリア
5月 豚ひれ肉のピカタ
6月 鶏肉のピリ辛トマト煮込み

イタリア料理で春野菜
使いこなしの3ヶ月!

定員
16名

イタリア料理研究家
●講師:横山 しのぶ
●受講日:4/19・5/17・6/21

メインメニュー

4月 春キャベツのご馳走オープン焼き
5月 新タマネギ、バルサミコ酢を使いこなす
6月 スズキーニミ味、アーティチョーク三昧

開講時間 / 10:00~13:00(土曜お菓子は13:00~16:00まで)

受講料

各コース

4,500円

料理教室を初めて
ご利用の方
(コース並びに1DAY料理教室未経験の方)

特別割引価格

各コース

3,000円

※全コース共、定員を超えた場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。
(後日、郵送にてご連絡させていただきます。)
※定員に満たない場合開催しない場合もございます。※お1人様3コースまでのお申し込みとなります。